**ALS = dodelijke spierziekte.**

**De pezen= daarmee zitten de spieren vast aan je bot.**

**Verzuren = Er zitten te veel afvalstoffen in je spieren**

**en je krijgt kramp.**

**De aanhechting = de plek waar de spieren aan je**

**bot vast zitten.**

**Spieren = Die zorgen ervoor dat je je botten kunt**

**bewegen.**

**De overbelasting = Je hebt je spieren te veel**

**vermoeid en daardoor krijg je blessures.**

**De anatomie = Hoe de spieren in je lichaam zijn**

**Opgebouwd.**



**De aanhechting**

**De overbelasting**

**De spieren**

**De anatomie**

**De pezen**

**ALS**

**verzuren**